

Puasa, Renungan, dan Sejarah

Oleh: Agus Wedi | Tanggal Upload: 13 April 2021



Di bulan yang masih melanjutkan usianya, kita bertemu bulan puasa. Bulan yang sepenuhnya ditunjukkan kepada semua manusia. Dengannya, ia menyebut dirinya sebagai “bulan bergelimang pahala dan barokah.”

Puasa atau *shaum* berasal dari kata *shama-yushumu*, yang secara harfiah berarti menahan dari sesuatu atau meninggalkan sesuatu, baik menahan makan, minum, merokok, berbicara, menikah (melakukan hubungan badan suami istri disiang hari), dan perjalanan yang tidak baik.

Dalam sejarah, puasa bukanlah ajaran baru. Puasa diperintahkan tidak hanya kepada umat Nabi Muhammad saw, namun juga umat-umat terdahulu. Puasa ibadah universal dari Allah Swt. Seruan perintah untuk agama samawi yang ada di semesta.

Kita tak harus heran jikalau perintah puasa dilakukan oleh umat (selain Islam) dan mengalami perbedaan pelaksanaan dan waktu dari peradaban sejarah, dari masa ke masa. Lantas, kita jangan terburu-buru menyalahkan orang lain dengan dalih menista puasa. Kita boleh melihat sejarah pelaksanaan puasa, agar kaum muda dan tua dapat terbawa ke arah pemahaman dan wajah lembut dalam beribadah.

Di Indonesia, ikhtiar menjalankan ibadah puasa adalah kesenangan dan keagungan. Tapi, kita sadar, banyak yang lupa menilik sejarah pelaksanaan puasa. Di sekolah, pesantren, dan universitas, kita terlanjur mempejalajari hakikat puasa, namun luput dari genealogi dan kontestasi sejarah puasa. Akibatnya, gerak ragawi kita tak bisa menangkap energi ilahiah arti puasa. Bahkan, menyempitkan arti puasa.

Kita ingin menilik sejarah puasa, agar warisan itu dapat merangsang pengetahuan dan pembacaan atas arti puasa, dari masa ke masa. Kita ajukan buku berjudul *Menelusuri Makna Puasa Dalam Al-Qur'an* (Mizan, 2014) garapan Wali Ramdhani. Di buku itu, Ramdhani menginginkan orang-orang tak hanya mengetahui makna puasa, atau sekadar menjalankan perintah puasa. Namun, mengajak pembaca kembali ke pengenalan sejarah awal ibadah puasa.

Puasa itu sejarah. Ramdhani mengisahkan para Nabi mengenai pelaksanaan puasa. Kita bakal berpuasa. Kita boleh tercengang tapi tak boleh cengeng. Kewajiban berpuasa memang ada sejak Nabi Adam sampai sekarang. Nabi Adam berpuasa selama tiga tahun setiap bulan sepanjang tahun. Pendapat lain mengatakan Nabi Adam berpuasa pada tanggal 10 Muharram sebagai rasa syukur bertemu dengan istrinya: Hawa.

Nabi selanjutnya juga diwajibkan berpuasa. Seperti Nabi Nuh, berpuasa selama 3 hari sepanjang tahun dan memerintahkan kaumnya untuk menyembah kepada Allah serta berpuasa ketika kaumnya terkatung-katung di perahu besar di tengah samudra luas akibat bencana topan. Nabi Ibrahim pun sangat gemar berpuasa, saat hendak menerima wahyu. Nabi Yusuf, berpuasa saat berada di hukuman. Nabi Nuh, berpuasa saat berada di dalam perut ikan selama berhari-hari. Nabi Ayyub, Nabi Syu'aib, Nabi Ilyas, berpuasa selama 40 hari dan malam ketika pergi ke Gunung Horeb untuk menerima wahyu dari Allah. Nabi Dawud, berpuasa secara berselang hari, dan Nabi Isa, berpuasa selama 40 hari ketika dilantik sebagai Rasul.

Zaman dulu, puasa dijadikan usaha untuk mencari pegangan keyakinan yang simplistik untuk melunakkan hati dan mengisolasi diri dari banjir kemaksiatan menuju pelisiran ragawai yang takwa. Dalam Al-Quran, takwa salah satu upaya melindungi diri dari segala yang dapat menyakiti dan membahayakan (QS al-Dukhan: 58, al-Insan: 11). Dalam hal ini, puasa merupakan proses menuju pribadi (bertakwa), yaitu menjaga diri dari bahaya dan saling tolong-menolong sesama umat dalam kebajikan (QS al-Baqarah: 278, al-Imran : 200). Pesan puasa meninggikan sisi ruhaniah dan spiritualitas manusia. Dengan keberhasilan itulah Tuhan memberi manusia kedudukan mulia di semestaNya.

Di zaman kita, puasa adalah zaman kemelimpahan. Puasa yang seharusnya menjadi oase tempat mencari tetirah, justru malah terpinggirkan menjadi bulan konsumerisme. Maka, jadilah arti puasa membelok kekehampaan spiritualis yang tak dapat ditemukan dalam hakikat puasa.

Renungan

Melalui ibadah puasa, kita patut merenung sebagai manusia yang tak punya apa-apa.

Apalagi di tengah pandemi ini. Menahan diri dari nafsu mulut, mengelola diri dari perilaku buruk, sehingga puasa dapat berupa kampak yang dapat mengerem dari perilaku buruk. Puasa dapat menahan laju birahi yang merusak moralitas, sebagaimana tinta Ghazali, yang dipesankan di Isha' Ulumuddinnya, bahwa nafsu perut akan menimbulkan petaka.

Kita bisa mengingat sejarah Nabi Adam dan Hawa yang dikeluarkan dari surga akibat nafsu perut. Ketika di surga, Nabi Adam dan Hawa dilarang mendekati pohon dan memakan buahnya, namun akhirnya mereka tergoda dan memakan buah pohon tersebut (QS al-A'raf : 19-25). Dari situlah, menurut kitab *Durrah al-Nasihin fi al-Wa'di wa al-Irsyad* sebab diwajibkan berpuasa tiga puluh hari karena Nabi Adam melanggar, makan buah pohon (yang dilarang), buah pohon itu tinggal dalam perutnya selama tiga puluh hari. Tatkala mereka bertaubat kepada Tuhan, mereka disuruh berpuasa tiga puluh hari tiga malam. Hal ini, karena kelezatan dunia: makan, minum, berhubungan suami-istri, dan tidur. Kelezatan dunia menjadi penghalang dengan Allah.

Perintah berpuasa, tentu bukan saja hanya sebagai ritus keagamaan yang dapat menghilangkan dosa masa lampau, melainkan meningkat maksud dan perintah merenung. Merenung dan membangun relasi sosial yang baik sebagai solusi permasalahan. Merenung menyeimbangkan kedirian dan menyehatkan badan, *shumu tashihhu*, berpuasalah supaya kalian sehat, sabda Nabi Saw.

Puasa memungkinkan kita menilik ulang faedah atau mengingatkan bahwa kita diusahakan memberi suluh, pengalaman, dan harapan. Ajaran puasa tersajikan untuk mendidik. Puasa mengajak kita menemu pesan-pesan Tuhan, makna, sejarah, tanpa mendikte tapi meluweskan kita dari zaman yang kacau.

Baca selengkapnya di [I](#)

Baca Artikel Asli di Website

Tentang [islamsantun.org](#):

Portal media yang berdedikasi menyebarkan diskursus Islam yang ramah, moderat, dan *rahmatan lil 'alamin*. Menyajikan ragam artikel keislaman, opini, khutbah, hingga sastra pesantren, [islamsantun.org](#) hadir sebagai rujukan literasi keagamaan yang sejuk dan mencerahkan bagi masyarakat luas.

Ditulis oleh **Agus Wedi**

Pemimpin Redaksi [Islamsantun.org](#) dan Pengelola Komunitas Serambi Kata, Kamis sore di Masjid IAIN Surakarta (2016). Fokus kajian pada antropologi agama dan sosial.

